

Согласовано

Утверждаю

Директор МБОУ-СОШ № 7
муниципального
образования Калининский

Организатор питания



МЕНЮ на 18 сентября 2024г.
неделя 1

день 3

Категория школьников

7-11 лет

ЗАВТРАК

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Каша жидкая молочная из манной крупы	150	208,04	4,58	10,2	24,28	14,43
Сыр Российский	10	36	2,32	2,95	0	9,57
Чай с молоком	200	50,9	1,6	1,1	8,7	3,87
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,22
Йогурт	150	127,5	3,75	1,8	24	65,52
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,769
ИТОГО прием пищи	565	550,25	16,13	16,62	83,76	97,77

ОБЕД

наименование блюда	выход порции, гр.	энергетическая ценность, ккал	пищевые вещества			стоимость, руб.
			белки	жиры	углеводы	
Свекольник	200	85,78	4,6	2,64	10,86	12,07
Салат из отварной свеклы	60	45,6	1,8	2,7	4,6	5,35
Мясо тушенное	65/50	225	15,2	17,38	2,56	45,37
Макароны отварные	145/5	183,8	5,52	4,24	40,89	12,17
Сок фруктовый	200	62,4	1	0	14,6	20,7
Хлеб ржано-пшеничный	20	45,98	1,12	0,22	9,88	2,22
Хлеб пшеничный	35	81,83	2,76	0,35	16,9	2,76
Фрукты свежие (яблоко)	130	61,1	0,52	0,52	12,74	13,49
ИТОГО прием пищи	910	791,49	32,52	28,05	113,03	114,13

Повар

Танис-Танченко